



Pencegahan Infeksi

NOMOR: RSUA/73/210/A/II/2026/R01

Rumah Sakit Umum 'Aisyiyah Ponorogo

Jl. dr. Sutomo no. 18-24 Ponorogo 63419 Jawa Timur
Telp. [03252] 481784. 461560. Fax. [0352] 484218



INFORMASI LAYANAN
0852 5966 0007

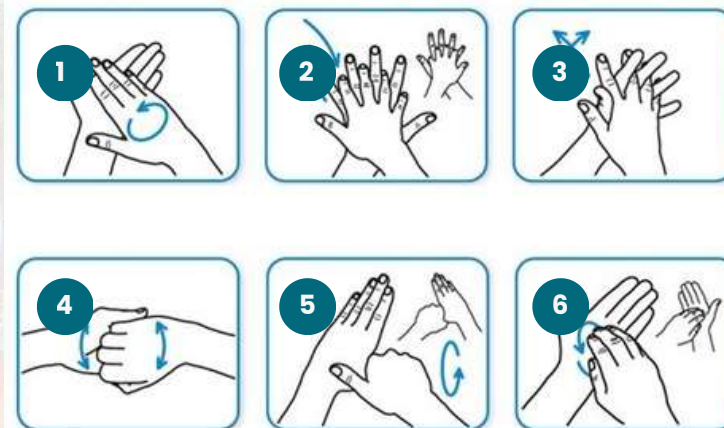
LAYANAN IBADAH KU



Pencegahan Infeksi

Pencegahan infeksi adalah serangkaian upaya untuk mencegah penyebaran kuman (bakteri, virus, jamur, dan parasit) sehingga mengurangi risiko terjadinya infeksi pada diri sendiri maupun orang lain.

6 Langkah Cuci Tangan



Hand hygiene (kebersihan tangan) adalah proses membersihkan tangan menggunakan air mengalir dan sabun antiseptik (handwash) selama 40–60 detik atau cairan berbasis alkohol (handrub) selama 20–30 detik untuk menghilangkan kuman serta mencegah penularan penyakit

1. Basahi tangan dengan air mengalir, gunakan sabun secukupnya.
2. Gosok kedua telapak tangan.
3. Gosok punggung tangan kanan dan kiri secara bergantian.
4. Gosok sela-sela jari.
5. Gosok punggung jari dan ujung jari.
6. Putar ibu jari dan gosok ujung jari pada telapak tangan.

5 Moment Hand Hygiene



- Sebelum kontak dengan pasien
- Sebelum tindakan aseptik
- Setelah terpapar cairan tubuh
- Setelah kontak dengan pasien
- Setelah menyentuh lingkungan sekitar pasien

CARA MENGGUNAKAN MASKER YANG BENAR

Masker digunakan untuk melindungi diri sendiri dan orang lain dari percikan droplet yang dapat membawa kuman.

CARA MEMAKAI MASKER DENGAN BENAR

- 1** Sebelum memakai masker, cuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau hand sanitizer.
- 2** Pastikan masker dalam kondisi bersih dan tidak rusak. Pegang tali masker pada kedua sisi.
- 3** Pasang masker menutupi hidung, mulut, dan dagu dengan benar.
- 4** Pastikan masker menempel rapat di wajah, terutama pada bagian hidung dan pipi.
- 5** Jangan sering menyentuh bagian depan masker saat digunakan.

CARA MELEPAS MASKER DENGAN BENAR

- 1** Lepaskan masker melalui tali pada kedua telinga.
- 2** Jangan menyentuh bagian depan masker.
- 3** Buang masker sekali pakai ke tempat sampah tertutup.
- 4** Cuci tangan kembali dengan sabun dan air mengalir atau hand sanitizer.

INGAT!

- Gunakan masker yang menutupi hidung, mulut, dan dagu.
- Ganti masker jika lembap, kotor, atau setelah 4 jam pemakaian.
- Buang masker sekali pakai setelah digunakan.
- Selalu cuci tangan sebelum dan sesudah memakai masker.

HAL YANG HARUS DIHINDARI

- Masker dipakai di bawah hidung.
- Masker digantung di leher.
- Masker dipakai terbalik.
- Menggunakan masker yang basah atau kotor.
- Menggunakan masker sekali pakai berulang kali.

Masker yang digunakan dengan benar dapat membantu melindungi diri sendiri, keluarga, dan orang lain.

ETIKA BATUK DAN BERSIN YANG BAIK DAN BENAR

Terapkan etika batuk dan bersin untuk mencegah penyebaran kuman dan melindungi diri sendiri serta orang lain.

CARA YANG BENAR

- 1** Tutup mulut dan hidung menggunakan tisu saat batuk atau bersin.
- 2** Buang tisu bekas pakai ke tempat sampah tertutup.
- 3** Jika tidak ada tisu, tutup mulut dan hidung menggunakan siku bagian dalam.
- 4** Segera cuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau hand sanitizer.
- 5** Gunakan masker jika sedang batuk atau bersin.
- 6** Usahakan berada di tempat terbuka atau sirkulasi udara yang baik.

JANGAN LAKUKAN

- 1** Batuk atau bersin tanpa menutup mulut.
- 2** Menutup batuk atau bersin menggunakan telapak tangan.
- 3** Membuang tisu sembarang.
- 4** Berada terlalu dekat dengan orang lain saat batuk atau bersin.

INGAT!

- Cuci tangan sebelum dan sesudah batuk atau bersin.
- Gunakan masker jika sedang sakit atau di tempat keramaian.
- Jaga jarak dan hindari kontak dekat dengan orang lain.
- Tetap di rumah jika sedang sakit untuk mencegah penularan.

